

# Kotitekoiset pikkelssit sokeriton (vegaaninen)



 20 min.  70 kcal  SteviaSweet Crystal

## Valmistus ilman sokeria

1. Kuori kurkku, porkkana ja sipuli. Leikkaa vihannekset ohuiksi suikaleiksi. Irrottele kukkakaali pieniksi nupuiksi ja sekoita vihannekset keskenään kulhossa. Pistele tomaatteihin pieniä reikiä niin, että kuori hiukan rikkoutuu. Laita tomaatit omaan astiaan odottamaan.
2. Mittaa vihannespikkelssin liemiainekset kattilaan ja hienonna mukaan chili ja valkosipuli. Tee sama tomaattiliemen raaka-aineille. Kiehauta molemmat liemet ja kaada kuumana omiin astioihinsa, toinen vihannesten ja toinen tomaattien päälle.
3. Anna pikkelssien jäähtyä ja maustua viileässä tunnin ajan tai seuraavaan päivään. Tarjoa pikkelsssejä grilliruokien, paahdetun leivän, salaatin tai kulhoruokien kera.

## Ainekset 2 annosta

### Tulinen vihannespikkelssi

50 g	kurkkua
50 g	porkkanaa
50 g	kukkakaalia
1	pieni punasipuli

### Liemi

1 dl	vettä
1/2 dl	riisiviinietikkaa
1 rkl	SteviaSweet Crystal
1/2	chili
2	valkosipulin kynttä

### Pikkelöidyt tomaatit

200 g	pieniä luumu- tai kirsikkatomaatteja
-------	--------------------------------------

### Liemi

1/2 dl	vaaleaa balsamiviinietikkaa
1/2 dl	vettä
1/2 rkl	SteviaSweet Crystal
1/2 tl	suolaa
1	valkosipulin kynttä
1/2	sitruunan kuori raastettuna
5	oksa tuoretta timjamia

## Ravintoarvot per annos

70	kcal
294	kJ

3	Proteiinia g
11.5	Hiilihydraatit g
0.5	Rasvaa g